

Programmübersicht Seniorenveranstaltungen 2018



Alle Veranstaltungen finden in den Räumen des
Familienzentrums statt.
Käthe-Kruse-Str. 1, 1.Stock, 82069 Hohenschäftlarn
Plattformlift im Haus vorhanden
Tel. 08178 – 99 87 02
E-Mail: buero@kindernetz-schaeftlarn.de



KindErNetz Schäftlarn e.V.
Familienzentrum

„Mobil-Mach-Bus“

Seit Oktober ist der neu beschaffte Bus einsatzfähig. Auch jüngere Menschen mit eingeschränkter Mobilität können den Bus jederzeit gerne nutzen. Der Bus ist groß genug für den Transport von gleichzeitig vier Mitfahrern und einem Rollstuhlfahrer. Der Einstieg ist nicht so hoch wie bei einem VW-Bus, so dass das Fahrzeug für alle leicht zugänglich ist. Unsere ehrenamtliche Helfer fahren Sie gerne bei Bedarf zum Arzt, zum Einkaufen, zu Friedhofsbesuchen, zu Behörden, zum Senioren-Café, usw.
Die Organisation der Fahrten erfolgt ausschließlich über das Familienzentrum.

Kontakt: Elisabeth Stief unter Tel.: 08178 – 99 79 369

Einkaufsfahrten für SENIOREN mit dem Mobil-Mach-Bus

Für alle Schäftlarn, Baierbrunn und Icking Senioren, bietet das Familienzentrum mit seinem Mobil-Mach-Bus auch Einkaufsfahrten (mit Abholung und Rückfahrt) für den Wocheneinkauf an.

Termine: Jeden Freitag, MIT ANMELDUNG

Abholung: zwischen **8:30 Uhr und 8:45 Uhr** bei Ihnen zu Hause!

Anmeldung: jeweils Mo. und Die. zwischen 9:00 und 12:00 Uhr unter Tel.: 08178-9979369

Senioren am PC und im Netz - PC, Internet, Handy – kostenfreie Unterstützung

Dieses Angebot richtet sich vor allem an Senioren. Sowohl Anfänger als auch fortgeschrittene Anwender können sich noch Tipps zur Benutzung ihres **Computers, Handys oder Smartphones** sowie Hilfe bei Hard- und Softwareproblemen holen. Bitte bringen Sie Ihren Laptop/Handy mit.

Termine: Donnerstag, **11.01., 08.02., 08.03., 12.04., 14.06., 12.07., 09.08.2018**
9.30 bis 11.30 Uhr, OHNE ANMELDUNG

Leitung: Morteza Lichtenstern

Geselliges Mittagessen für Senioren

In netter Gesellschaft schmeckt es einfach besser. Dies ist eine altbekannte Tatsache. Auch wer sich beim Treppen steigen schwer fällt, ist herzlich willkommen (Plattformlift vorhanden). Wer nicht zu Fuß zu uns kommen kann, kann gerne abgeholt werden.

Termine: Dienstag, **16.01., 20.02., 20.03., 17.04., 19.06., 17.07.2018**
um 12:30 Uhr

Kosten: € 4,50 pro Essen + € 0,50 Getränke, **(nicht in den Ferien) MIT ANMELDUNG**

Seniorenfilme – Termine vormerken:

Termine: Dienstag, **20.02. und 19.06.2018 um 14:30 Uhr, MIT ANMELDUNG**

Ein Rundgang der besonderen Art - im Kloster Benediktbeuern

Ein Einblick in das barocke Lebensgefühl. Die Baugeschichte des Klosters umfasst mehrere Stile von der Romanik bis zum Rokoko. Unser Sozialpädagoge Lutz Hübner hat 10 Jahre in diesem Kloster gelebt. Er verspricht uns eine besonders interessante Führung durch alle Kunstschatze des Klosters. Barrierefrei. Der Mobil-Mach-Bus kann gebucht werden!

Termin: **Samstag, 21.04.2018, 10 bis 13 Uhr (mit Kaffee Pause) MIT ANMELDUNG**

Leitung: Lutz Hübner, Sozialpädagoge

Kosten: Führung kostenlos, Kaffee + Kuchen ca. 7,50 €

Treffpunkt u. Beginn der Führung: 14.00 Uhr Parkplatz gegenüber dem Friedhof in Benediktbeuern, Don-Bosco-Str. 1, 83671 Benediktbeuern

Repair-Café - Hilfe zur Selbsthilfe

Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, die ein Gerät außer Betrieb setzen. Wenn man weiß wie, kann oft schnell geholfen werden, z.B. bei Elektro-Kleingeräten, Kleinmöbeln, Spielzeug, Fahrrädern. Gemeinsam versuchen wir, die Schäden zu reparieren. OHNE ANMELDUNG

Termine: Dienstag, **23.01., 27.02., 24.04., 26.06., 24.07.2018** um **16:00 Uhr**

Leitung: Carl Häfner, **(nicht in den Ferien)**

Hilfe für pflegende Angehörige und selbst Betroffene – Kostenlose Beratung

Beratung und konkrete Hilfestellung, z.B. bei der Antragstellung für eine Pflegestufe oder bei der Organisation von Entlastungsangeboten und Hilfen, bietet **die Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis München** einmal im Monat im Familienzentrum. Hausbesuche sind auch möglich.

Termine: **17.01., 14.02., 07.03., 11.04., 09.05.2018**, MIT ANMELDUNG

Mittwoch, von 15.00 – 17.00 Uhr

Anmeldung: verbindlich bei Ute Sonnleitner, Krankenschwester, Dipl. Sozialpädagogin

Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis München

Mariahilfplatz 17, 81545 München, unter Tel. 089 - 6221- 2164

Fachstelle für Senioren des Landratsamtes – Kostenlose Beratung

Für Seniorinnen und Senioren (60+) des Landkreises München bieten wir persönliche Beratung und Unterstützung bei allen Fragen des Älterwerdens u.a. finanzielle Hilfen, Fragen zur Pflege, Vermittlung von Diensten, Wohnen im Alter, sowie die Vermittlung von passenden Angeboten in der wohnortnahen Umgebung.

Wir beraten auch vor Ort bei Ihnen zu Hause, telefonisch oder schriftlich.

Kontakt: Ursula Plath, Altenhilfefachberatung, **Fachstelle Senioren LRA-München**

Mariahilfplatz 17, 81545 München, Tel. 089 - 6221-2599

LeA - Lebensqualität im Alter – Training für Körper, Geist und Seele

Mit Hilfe von „LeA“ kann man seine geistigen und körperlichen Fähigkeiten trainieren und fit bleiben. In dem Vortrag werden eine Vielzahl von Methoden vorgestellt, welche über die üblichen Kreuzworträtsel hinausgehen. Auch Bewegung gehört zum Trainingsprogramm; dabei spielt es keine Rolle, ob man noch gut zu Fuß oder auf ein Hilfsmittel angewiesen ist. Wer rastet, der rostet.

Termine: 10 x dienstags, 14.30 bis 15:45 Uhr, **08.05., 15.05., 22.05., 05.06., 12.06., 19.06., 26.06., 03.07., 10.07., 17.07.18**

Kosten: € 30 pro Person, MIT ANMELDUNG

Leitung: Rosa Rappel, zertifizierte LeA-Kursleiterin